

202	コーラージュを楽しもう♪ 参加者が自由に楽しめるアートコーナー
204	子育てたいへんアンケート 小さな子どもを育てる親からの108の問いかけ 私はこう思うけど、あなたは？みんなは？
205	木工ワークショップ 竹で、けん玉・さいばし・しゃもじ・バターナイフ作成
206	ボードゲームで遊ぼう いろんなボードゲームをいっしょに楽しもう♪
208	工作教室 風船で遊ぼう、手作り時計など ユニセフとえがおのひみつ ・絵本「ユニセフとえがおのひみつ」の読み語り ・ぬりえ「子どものけんり」を知ろう！ ・ゲーム「文字が読めないと・・・」 ・支援物資実物の展示 ・お人形抱っこして体験、栄養って大切だね
209	ユポコの将棋対局室 挑戦者求む！初心者大歓迎！！ハンデ（駒落ち）あり ひねり竹とんぼを作って飛ばしてみよう！ 安全でよく飛ぶひねり竹とんぼを作って遊ぼう♪ うぐいす笛やガリガリとんぼでも遊べます 連鶴に挑戦！ 一枚の紙から繋がった鶴（連鶴）の体験ワークショップ、 連鶴ガチャボン、連鶴作品の展示販売など
210	大宮アルディージャ手話応援デー 開催レポート 大宮アルディージャ手話応援デーの写真展示 FP レンジャーによる手話応援の実演も！ むさしの未来アカデミー @こども☆夢☆未来フェスティバル ・サンリオの人気キャラクター ポチャッコの貯金箱づくり ・正しいお札の数え方を覚えよう！ ・1万円が1万枚1億円分の紙幣の重さを体験 ～みんなのそばにいるよ～キワニスとキワニスドール ・キワニスクラブ＆キワニスドールについての展示 ・キワニスドール絵付け体験会 ※12：30 終了
21準備室	鼻笛体験会 鼻笛の楽しさを感じよう♪

夏の自然観察&チョウのりん粉転写体験
 10:00~11:45 (10:00 出発)
 自然・昆虫・鳥・樹木観察 (けんかつ近く、さとやま公園にて)
 ※当日の天候次第で、室内でのチョウのりん粉転写と標本観察に変更
 13:30~15:15
 昆虫標本の観察とチョウ鱗粉転写を体験
 ※チョウのりん粉転写は14:45最終受付。転写セットなくなり次第、終了

心肺蘇生法プログラム
「さいたま PUSH コース」
 胸骨圧迫（心臓マッサージ）と AED の
 使い方を学び、練習します。
 対象者：どなたでも（家族・親子・友達参加可）
 講習料金：無料 講習時間：約 1 時間
 ① 10：30 ～ 11：30
 ② 12：00 ～ 13：00
 ③ 13：30 ～ 14：30

和太鼓を楽しもう
 いろんな種類の太鼓を体験しよう！
はちまきお面のワークショップ
 先着 30名 材料費 100円
 はちまきお面と、お好みの法被（はっぴ）
 フォトコーナーで写真も撮れます♪
 ※午前の部 10:00～12:00
 午後の部 13:00～15:30

202	コーラージュを楽しもう♪ 参加者が自由に楽しめるアートコーナー
204	子育てたいへんアンケート 小さな子どもを育てる親からの108の問いかけ 私はこう思うけど、あなたは？みんなは？
205	木工ワークショップ 竹で、けん玉・さいばし・しゃもじ・バターナイフ作成
206	ボードゲームで遊ぼう いろんなボードゲームをいっしょに楽しもう♪
208	工作教室 風船で遊ぼう、手作り時計など ユニセフとえがおのひみつ ・絵本「ユニセフとえがおのひみつ」の読み語り ・ぬりえ「子どものけんり」を知ろう！ ・ゲーム「文字が読めないと・・・」 ・支援物資実物の展示 ・お人形抱っこして体験、栄養って大切だね
209	ユポコの将棋対局室 挑戦者求む！初心者大歓迎！！ハンデ（駒落ち）あり ひねり竹とんぼを作って飛ばしてみよう！ 安全でよく飛ぶひねり竹とんぼを作って遊ぼう♪ うぐいす笛やガリガリとんぼでも遊べます 連鶴に挑戦！ 一枚の紙から繋がった鶴（連鶴）の体験ワークショップ、 連鶴ガチャボン、連鶴作品の展示販売など
210	大宮アルディージャ手話応援デー 開催レポート 大宮アルディージャ手話応援デーの写真展示 FP レンジャーによる手話応援の実演も！ むさしの未来アカデミー @こども☆夢☆未来フェスティバル ・サンリオの人気キャラクター ポチャッコの貯金箱づくり ・正しいお札の数え方を覚えよう！ ・1万円が1万枚1億円分の紙幣の重さを体験 ～みんなのそばにいるよ～キワニスとキワニスドール ・キワニスクラブ＆キワニスドールについての展示 ・キワニスドール絵付け体験会 ※12：30 終了
21準備室	鼻笛体験会 鼻笛の楽しさを感じよう♪

10:00	八重泉
10:20	あやりい
10:35	鼻笛演奏家モスリン
11:10	手話パフォーマンスグループ Sign
11:30	大宮アルディージャ手話応援
11:50	Emyと夕暮れこども食堂～kids 歌劇団
12:30	聖学院大学 防災戦隊マモルンジャー
13:10	フラワーバトンスクール
13:50	みのりあ
14:30	いとやまみこ
15:00	上尾市役所チンドン隊

302 オリジナルロゼット等ワークショップ
リボンを選んで、好きなパーツでたくさんデコってね♡

303 てづくりワークショップ
アロマバスソルト・おえかきデコバッグ・キーホルダー
刺繍枠のお花畑・スライムクリームソーダ・ハーバリウム
タロットカードリーディング（ブレンドアロマ付き）
10：00～12：00（11：30 受付終了）
13：00～15：00（受付終了）

305 カラーセラピーとサンキャッチャー作り
①光と色を使った癒しのセラピー（1人300円2人で500円）
②サンキャッチャーワークショップ（500円～）
③絵でがたアートで思い出作り（1枚300円）

わら細工の実演・販売
猫つぐら・ミコボウキ・小物入れ・動物愛護に関する絵
編み・布小物とせともの雑貨
麻ひも Bag・編み小物 & 布小物・陶磁器製の猫物雑貨
透かし彫りの灯り取り

307 本部・救護
ペンシルバールーンの配布
性教育絵本の展示
性教育絵本と避妊具等の展示や説明
子どもといっしょに絵本が読めるコーナー

国産のこだわり知育玩具の紹介・販売
豊富な経験から、国産安全・安心な商品の紹介

シングルマザーズサロン
お部屋を開いて待っています
13:30～15:00はクローズして、サロンを開きます

耳で焙煎するコーヒー・あさりご飯・味噌ポテト・ヴィーガンバーガー・パン・おまんじゅう・せんべい・米粉シフォンケーキ・マドレーヌ・クッキー・ナッツ・ふすま粉クッキー・プリン・ブドウジュース・採れたて新鮮野菜

木のおもちゃ・木工ワークショップ・ヒンメリ展示販売・竹とんぼ・水晶・ししまい・個性才能がわかるマヤ暦とアロマ（クリーム作り、ハンドマッサージ）

わたし、いま、生きている

【体験会】

① **バトンを回してみよう**
＜バトン体験会＞対象年齢 3歳～
10：30～11：00
12：00～12：30
14：45～15：15

② **ボンボンを使ってダンスを踊ってみよう♪**
＜ダンス体験会＞対象年齢 3歳～
園児《しなこワールド》
小学生以上《Starting Over》
それぞれ分かれてダンスに挑戦します
11：15～11：45
14：00～14：30

◎衣装展示 ◎ステージ DVD 映像鑑賞
◎記念スタンプコーナー

10:00~12:00 ※早めに終了する場合があります
 スマホカメラの使い方をかんたんレクチャー
 実際に自分のスマホでお子さんの写真を撮れる撮影会です。
 定員 10組 料金:1組 1000円

13:30~15:15 ※実演を見るだけでもOKです！
「大量の写真のデータ、どう整理するのがいいの？」というお悩みに、
おすめの整理の仕方や、自分で作れるフォトブックを紹介します。
後半は、アプリ等を使ってフォトブックを作るやり方を紹介！
定員：6名 料金：お一人2000円

307

13:30 ~ 15:00

- 🌻 手あそび・ふれあいあそび
 - 🌻 赤ちゃんクイズ
 - 🌻 何かいいこと♪
 - 🌻 劇あそび おおきなかぶ
 - 🌻 かぶをつくってみよう
 - 🌻 うちわでパタパタ紙ふぶき!
 - 🌻 こぶたのさんぽ
 - 🌻 手あそび・ふれあいあそび
 - 🌻 赤ちゃんクイズ
 - 🌻 劇あそび 3びきのやぎのらがらどん
 - 🌻 みんなであそぼう
 - 🌻 絵本読み語り
 - 🌻 こぶたのさんぽ

身体を癒そう・動かそう

- | | |
|-----|--|
| 201 | <p>イトオテルミー温熱刺激療法体験
 カラダケアを温熱で癒します
 (肩こり、腰痛など ココロの不安解消)</p> |
| 203 | <p>カイロプラクティック体験
 カイロプラクティック施術で骨盤矯正や腰痛、
 肩こりの調整や姿勢分析ツールによる姿勢検査</p> |
| 301 | <p>足を育てる親子ヨガ
 <親子ヨガ>
 親子でふれあいながら、楽しくヨガをして、足を
 育てていきましょう。
 ①10:30～10:50 ③13:30～13:50
 ②11:30～11:50 ④14:30～14:50
 <足の計測会>
 上記の時間以外で行います。
 <パーソナルヨガ体験>
 上記の時間以外で行います。1回20分。</p> |
| 302 | <p>タッチケア無料体験会&アロマインヘラー作り
 <タッチケア無料体験会>
 10:30～14:30
 <アロマインヘラーを作ろう> 限定15個
 10:30～11:45
 ※11:00位までにお越しください</p> |

エクササイズぷちレッスン♪スパイスつき
 エクササイズレッスン体験（20分）
 管理栄養士からスパイス効能の説明もあります♪

- ①10：15～10：45 ピラティス
- ②10：50～11：20 骨盤エクササイズ
- ③11：30～12：00 ピラティス
- ④13：00～13：30 骨盤エクササイズ
- ⑤13：40～14：00 ピラティス

チャイパック・オリジナルカレー粉販売もあります

【ハンドセラピーミニ講座】 各回 先着 10組
 ①10:30～10:50 ④13:30～13:50
 ②11:30～11:50 ⑤14:30～14:50
 ③12:30～12:50

親子、お友達、パートナー、もちろんお一人でもご参加ください。
 お互いにケアすることされることの心地良さを体験してみませんか。

【ハンドセラピーケア体験】 所要時間 5分程度
 10:00～11:30、13:00～15:30で、随時受付
 ボランティアスタッフに、ゆったりにケアをしてみよう体験です。

＜ママのバレエストレッチ＞
11：00～11：45
※赤ちゃん連れでも、抱っこして参加できます
＜キッズバレエ入門＞
13：00～13：45
初めてでもバレエが楽しめるような、リズム体操的な動きを取り入れたレッスンです